

# ● SeelenLaute /38

Selbsthilfezeitung für seelische Gesundheit für Saar - Lor - Lux - RLP. Kritisch, unabhängig, anders!

Projektschwerpunktthema 2019: *Barrierefreiheit für die Seele. Aufklärung und Alternativen*

Erscheint 6 x im Jahr

SeelenLaute Nr. 38 / AUGUST 2019

Editorial & Berichte

**Selbsthilfe en route.** In der Leserpost mailte uns Patric Bouillon: „Best of SeelenLaute 2 ist angekommen. Es mag nicht leicht gewesen sein, die Gedichte auszuwählen. Nach meinem Empfinden war das Niveau aller Veröffentlichungen in den letzten Jahren sehr hoch. Das Best of... spiegelt das sehr gut wider. (Es zeigt), dass Menschen mit besonderen Lebenserfahrungen auch oft besonders begabt sind“. – Erfreuliches OLG-Urteil aus Frankfurt: Nach einer Klinikfixierung ohne richterliche Genehmigung bekam die geschädigte Patientin jetzt Recht und Schmerzensgeld. Dies wird psychiatrisch gewalttätige Behandler hoffentlich abschrecken. In Baden-Württemberg gab es einen gelungenen ersten Flohmarkt Outsider Art und Selbsthilfe: Lob gilt hier dem Inklusionsprojekt 'Das Atelier' des Brücke e.V. in Lahr. Dort konnten wir an einem Stand diese Zeitung vorstellen. Auf dem Rheinland-Pfalz-Tag in Annweiler gab es anerkennende Worte von Ministerpräsidentin Malu Dreyer für unsere Selbsthilfearbeit für seelische Gesundheit in diesem Bundesland, bei ihrem Besuch der Selbsthilfemeile. Der Bundesverband BPE e.V. lädt zur Jahrestagung nach Heidelberg ein: SeelenLaute Saar & SeelenWorte RLP sind mit Infostand und den Vertreterpersonen für Saarland und Rheinland-Pfalz im Gesamtvorstand dabei. Schöne Sommergrüße! Red.

## Meditation und Malen für die Seele

Nachhaltiger Selbsthilfenachmittag in Saarbrücken



sl. Einen effizienten Selbsthilfenachmittag Seelische Gesundheit, mit zwei Workshops, Live-Musik und speziellen Infotischen führte Selbsthilfe SeelenLaute Saar am 15. Juni 2019 in Saarbrücken in Räumen der KISS-Selbsthilfekontaktstelle durch. „Meditation & Malen für die Seele“ bot einen kürzeren Meditationskurs sowie einen längeren Kunst-Workshop an. Als Referenten standen Max Bommer (Homburg), Gangolf Peitz (Bous), sowie als Ko-Referent Musiker Hermann Gelszinus (Saarbrücken) zur Verfügung.

„Meditation & Malen für die Seele“ bot einen kürzeren Meditationskurs sowie einen längeren Kunst-Workshop an. Als Referenten standen Max Bommer (Homburg), Gangolf Peitz (Bous), sowie als Ko-Referent Musiker Hermann Gelszinus (Saarbrücken) zur Verfügung.

Peitz übernahm zusätzlich die Tagesmoderation. Die Veranstaltung war mit dem teilnehmerbegrenztem Kursangebot voll besetzt, die Teilnehmenden (mit und ohne Handicap) kamen aus mehreren Landkreisen des Saarlandes und aus dem benachbarten Rheinland-Pfalz. Am Informations- und Literaturstand lagen auch Materialien des Bundesverbandes BPE e.V. aus. In einem Vorab-Sonderdruck wurde Nr. 37 der Selbsthilfezeitung SeelenLaute vorgestellt.



In der Pause diskutierte man u.a. Gesundheitsrelevantes, GKV-Themen oder besprach weitere Aktivitäten und Engagements von SeelenLaute Saar im laufenden Jahr. Der betroffenenkompetente Selbsthilfenachmittag war anerkannter Termin von und für das Programm „Das Saarland lebt gesund“, unterstützt von Knappschaft, AOK und IKK Südwest. Websites wie [www.das-saarland-lebt-gesund.de](http://www.das-saarland-lebt-gesund.de) informierten ausführlich.

## Erfolgreiches „Licht und Schatten“-Seminar in Kaiserslautern

Selbsthilfenachmittag von SeelenWorte RLP zu Gast beim Mein Seelentröpfchen e.V.

sw/at. Selbsthilfe SeelenWorte RLP im BPE e.V. war am Samstag, 25. Mai 2019 mit einer länderübergreifenden Projektveranstaltung zu Gast beim Mein Seelentröpfchen e.V. in der Mainzer Straße 54 in Kaiserslautern. Angeboten wurde ein Nachmittag mit Kreativ-Fortbildungskurs als Workshop plus einem Informations- und Literaturisch zu seelischer Gesundheit und Kreativität.

Der Schreibworkshop zum Thema „Licht und Schatten“ beinhaltete Theorie und vor allem Praxis. Literaturreferenten waren Jan Michaelis aus Düsseldorf und Gangolf Peitz (Bous), die zu selbstverfassten Gedichten, Kurzgeschichten und Kurzkrimis unter biografischen und selbsttherapeutischen Aspekten anleiteten und dies mit der ambitionierten Gruppe erörterten. Der musikalische Ko-Referent hatte wegen Erkrankung leider abgesagt. Der Workshop war mit Teilnehmenden aus Trier, Saarbürg, Saarlouis, Homburg, Saarbrücken und Kaiserslautern voll besetzt. Ein Infotisch hielt Prospekte und Literatur aus Selbsthilfe- und Kulturbereich vor, darunter Bücher betroffenenkompetenter Autorinnen und Autoren, wie z.B. "Party im Kopf" von Peter Mannsdorff (Berlin) oder zur Außenseiterkunst. Auch Materialien des Bundesverbandes BPE e.V. zu seelischer Gesundheit und Teilhabe und des Inklusions-Kulturprojekts Art-Transmitter lagen aus. Als Special wurde der Cartoon ‚Diogenes‘ von Jan Michaelis (unser Bild) gezeigt.



In den Räumen des Seelentröpfchen e.V. fühlte man sich wohl. Veranstalter SeelenWorte RLP zeigte sich mit Feedback und Resultat zufrieden. Gerne käme man für eine Folgeveranstaltung wieder. Der „Licht und Schatten“-Termin wurde von der BKK Pfalz gefördert.

## Achtsamkeit und Entspannung

Einführung in Yoga und Meditation 27.10. in Homburg

sl. Eine gute Einführung in Yoga und Entspannungstechniken vermittelt das Seminar „Achtsamkeit und Entspannung am Sonntag“ der SHG Bipolare Störungen und Depressionen (Homburg) am 27. Oktober 2019 von 13 bis 17 Uhr im Haus der Begegnung, Spandauer Straße 10, in Homburg (Saar). Referent ist der ausgebildete, ortsansässige Meditationstrainer und Selbsthilfeaktive Max Bommer, der alle Interessierten herzlich zu diesem Termin einlädt.

Maximal 15 Teilnehmende sind möglich. Anmeldung unter Tel. 0176/50359793 oder mail an maxibommer@g.mail.com. Verbindliche Platzreservierung mit Überweisung der Teilnahmegebühr (10 €). Mitglieder einer Selbsthilfegruppe erhalten den Betrag bei Anwesenheit auf Wunsch zurück. Der Kurs beinhaltet Muskelentspannung nach Jacobsen, Atemmeditation, Achtsame Bewegung, Regenbogenmeditation, Yoga und Meditation zum Loslassen, - in Theorie und Praxis. Weitere Infos, Flyer und Anmeldung über obigen Kontakt.

## Neues SeelenWorte RLP-Werbematerial

sw. Für die Standpräsenzen der rheinland-pfälzischen Selbsthilfe SeelenWorte RLP konnte das Werbematerial in einer Projektaktion aktualisiert und sinnvoll ergänzt werden.

Aufeinander abgestimmt liegen seit Juni 2019 ein neuer Flyer, ein neues Plakat und ein Roll-Up vor. Das informative Werbematerial



kommt in der wichtigen Öffentlichkeitsarbeit auf Tagungen, Fachtagen, in Einrichtungen, bei öffentlichen Stellen und in den Selbsthilfe-Eigenveranstaltungen zum Einsatz. Die frische Auflage konnte dank Förderunterstützung der DAK Gesundheit hergestellt und erstverteilt werden.

Erstnutzung inkl. Roll-Up mit Vorstellung war auf dem Rheinland-Pfalz-Tag 2019 in Annweiler und auch bei der Standpräsenz auf der diesjährigen BPE-Jahrestagung im Oktober in Heidelberg wird es verwendet. Die Europäische Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. (Dortmund) war bei der PR-Konzeption und der praktischen Produktion mit ihrer Medienstelle behilflich

## EX-IN-Ausbildung in Kaiserslautern

sw. Ab August 2019 wird in der Pfalz eine EX-IN-Ausbildung angeboten. EX-IN ist eine spezifische Ausbildung für psychiatrienerfahrene Menschen, die auf deren Erfahrungswissen basiert. Die Ausbildung dauert 1 Jahr mit 300 Unterrichtsstd., die in 12 dreitägigen Modulen absolviert

werden. Zusätzlich sind zwei Einrichtungspraktika zu leisten. Die Ausbildungskosten betragen 2.400 Euro, die laut Veranstalter vom Jobcenter übernommen werden können. Träger, Kontakt und Veranstaltungsort: EUTB Mein Seelentropfchen e.V., Mainzer Str. 54, 67657 Kaiserslautern. Teilnehmende aus anderen Bundesländern sind zugelassen. Bewerbungsunterlagen auch über die Website <https://www.mein-seelentropfchen.de/>. Telef. Kontakt: 0631/36139439. Allgemeine Infos: <http://www.ex-in.de/>

## 12.000 € Schmerzensgeld an Patientin OLG verurteilt Hessen wegen Fixierungsvorfall

bks-saar. Das Land Hessen muss einer Patientin wegen ihrer Fixierung und Zwangsmedikation in einer psychiatrischen Klinik ohne richterliche Genehmigung ein Schmerzensgeld von 12.000 Euro zahlen, wie das Oberlandesgericht Frankfurt am Main in dritter Instanz im Juli entschieden hat. Das Urteil vom 16.07.2019 (Az. 8 U 59/18) ist nicht anfechtbar. Die Presseinformation des OLG vom 22.07.2019 im Original: [https://ordentliche-gerichtsbarkeit.hessen.de/sites/ordentliche-gerichtsbarkeit.hessen.de/files/PI%2008u05918%20%28Fixierung%20Zwangsmedikation%29\\_0.pdf](https://ordentliche-gerichtsbarkeit.hessen.de/sites/ordentliche-gerichtsbarkeit.hessen.de/files/PI%2008u05918%20%28Fixierung%20Zwangsmedikation%29_0.pdf)

## Selbsthilfekonzepte in Französisch, Türkisch, Russisch und Arabisch

bks-saar. Im Rahmen des dreijährigen LPE NRW e.V.-Projekts "Interkulturelle Öffnung der Peerberatung" liegen seit Juli 2019 erste Übersetzungen von Selbsthilfe-Informationsmaterial vor, so mit dem Papier „Wege zur Selbststabilisierung. Selbsthilfekonzept für Psychose-Erfahrene“, als Ergänzung zum Manual „Tipps und Tricks Zurückheiten zu steuern“ des Bundesverbandes BPE e.V. Das neue Papier gibt laut den Verfassern (übersetzt) Anregungen worauf man achten sollte, um sich zu stabilisieren, Psychosen zu vermeiden und mehr Selbstachtung, Zufriedenheit, Selbstbewusstsein und Lebensqualität, auch durch mehr Selbstbestimmung zu erreichen. Das Projekt wird in Köln und Aachen bearbeitet. Träger ist der Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW, finanziert vom LVR Rheinland. Interessierte können die Unterlagen kostenlos anfordern beim Vorstand @psychiatrie-erfahrene-nrw.de oder über Tel. 0234/6405102.

### Loslassen

*Strecke deine Hände aus um loszulassen  
lass los  
damit zu dir kommen kann  
was für dich bestimmt ist  
lass los  
damit gehen kann  
was von dir gehen will  
strecke deine Hände aus  
um zu empfangen  
was für dich vorgesehen ist  
im Vertrauen darauf  
dass das Beste für dich vorgesehen ist*

**Ursula Baltes**

(Heilpraktikerin für Psychotherapie, Temmels)

## Erster Flohmarkt Outsider Art & Selbsthilfe in Lahr

Gelungene Selbsthilfeveranstaltung des ATELIER. Stand von SeelenWorte RLP mit Art-Transmitter

*sw/at.* Einen ersten Outsider Art-Flohmarkt hat Künstler und Selbsthilfeaktivist Armin Andreas Pangerl in diesen Sommer aus Anlass des fünfzehnjährigen Bestehens des von ihm mitgegründeten Inklusions-Selbsthilfeprojekts DAS ATELIER (des Brücke e.V./Lahr) für Kunstschaffende mit und ohne seelische Nöte initiiert. Am Samstag, 20. Juli 2019 fand die Veranstaltung von 10 bis 15 Uhr in und vor dem historischen Stiftsschaffneikeller (heute Kulturzentrum und Mehrgenerationenhaus) in der Altstadt von Lahr im nördlichen Schwarzwald statt. Fünfzehn Aussteller aus dem Südwesten Deutschlands waren präsent und gesamt fast einhundert Gäste besuchten bei freiem Eintritt einen sympathischen, gelungenen Event. Auch Vertreterinnen aus Stadtrat und Landkreis sowie Kunsthistoriker-Prominenz wie Dr. Thomas Röske (Prinzhorn-Sammlung, Heidelberg) sah man unter den Besuchern. Die Badische Zeitung schickte Fotografen und Reporterin für einen längeren Bericht im Lokalteil.



An den Ständen konnten Kunstwerke (Malerei, Zeichnung, Collagen, Kleinskulptur), Literatur, CDs und Medien so genannter Außenseiterkunst und ihrer Freunde kleinspreisig erworben werden. Zudem gab es kostenlose Infomaterialien zum Mitnehmen.



Besondere Beachtung fanden beispielsweise filigrane Miniatur-Radierungen eines baden-württembergischen Künstlers, der aktueller Gewinner beim Kunstpreis

des Landespsychiatrietages ist. Unter den teilnehmenden

Ausstellern war auch die Europäische Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. (Dortmund) mit ihrem Projekt Art-Transmitter, gemeinsam an einem Stand mit Selbsthilfe SeelenWorte RLP im BPE e.V., mit Beratung und Präsentationen. Hier beeindruckten Werke des (verst.) Saarburger Art-Transmitter-Künstlers Vinzenz Lamm. SeelenWorte RLP führte dank Projektförderung durch die BKK VerbundPlus eine Sondervorstellung und -verteilung der Selbsthilfezeitung SeelenLaute mit den Ausgaben 36 und 37 durch, die Outsider Art und Kunst Psychiatrieerfahrener im Licht von Teilhabe, Gesundheit und Genesung thematisieren. Die Zeitungen waren schnell weg.

Veranstalter und Organisator Armin A. Pangerl zeigte sich im Schlussgespräch zufrieden und überlegt, den Termin in 2020 fortzusetzen. Gerne kommt man wieder. [www.arminpangerl.com](http://www.arminpangerl.com)

## Infopoint Seelische Gesundheit auf dem Rheinland-Pfalz-Tag 2019

Selbsthilfe SeelenWorte RLP war mit Beratung, Präsentationen und Outsider Art im Juni in Annweiler



*at/sw.* Selbsthilfe on tour! Das Bundesland in dieser Gesundheitssparte selbsthilfemitvertretend, war SeelenWorte RLP am Samstag und Sonntag zwei volle Tage auf dem diesjährigen Rheinland-Pfalz-Tag (28.-30. Juni) im pfälzischen Annweiler vor Ort. In der Meile ‚Rheinland-Pfalz sozial‘ (Am Osterbächel) gab es in Zusammenarbeit mit der Europäischen Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. Beratungen, Präsentationen, Info- und

Literaturauslagen, sowie eine Sonderverteilung der länderübergreifenden Selbsthilfezeitung SeelenLaute und des Heftes ‚Best of SeelenLaute2!‘. Das Infoteil teilte man sich passend mit dem Kaiserslauterer Mein Seelentröpfchen e.V., als Teil der gesamt rund 40 Aussteller der repräsentativen Auswahl aus über 3000 in Rheinland-Pfalz aktiven Selbsthilfegruppen und -verbände, die im Bereich Gesundheitsversorgung und Prävention bedeutsam sind. Der RLP-Tag wird von der Staatskanzlei Mainz ausgerichtet, die ‚Selbsthilfemeile‘ war hier von der KISS Pfalz hilfreich mitorganisiert.



Sympathisch besuchte Ministerpräsidentin Malu Dreyer neben ihren offiziellen Terminen (Eröffnung und Podien) unangekündigt die Selbsthilfeaktivisten und sprach mit allen Standbetreibern. Am Freitag hatte Ministerin Sabine Bätzing-Lichtenthäler hier bereits ihren Besuch gemacht und sich informiert.

Der Besucher erhielt im Pavillon von SeelenWorte RLP Informationen zu seelischer Gesundheit, zu Medikamentenerfahrung, Teilhabe, Inklusion

und Vorurteilsabbau, zu Veranstaltungen, Angeboten oder Publikationen der originären regionalen Selbsthilfe, wie auch aus dem großen Netzwerk des Bundesverbandes BPE e.V. Die Europäische Gesellschaft zeigte mit ihrem Inklusionsprojekt Art-Transmitter Originalwerke so genannter Outsider, z.B. mit einer versierten Flow Art-Portraitarbeit des Trierer Künstlers Patrick Rödiger.

Das Selbsthilfe-Engagement von SeelenWorte RLP auf dem trotz Sommerhitze von über 100.000 Gästen besuchten Rheinland-Pfalz-Tag wurde von der BKK Pfaff unterstützt. Wissensvermittlung, Aufklärung, Erfahrungsaustausch und Vernetzung standen ergiebig im Vordergrund. Der 36. RLP-Tag findet 2020 in Andernach statt.

*Foto links: Ministerpräsidentin Malu Dreyer im Gespräch mit Selbsthilfeaktivisten in Annweiler auf dem Rheinland-Pfalz-Tag 2019 (Foto: G. Peitz)*



## Einladung zur BPE-Jahrestagung 11.-13. Oktober nach Heidelberg

### 10 AGs, Referate, Kulturprogramm, MV. Infostand SeelenLaute Saar / SeelenWorte RLP

bks-saar: Zu seiner diesjährigen Jahrestagung unter dem Titel „Menschenrechte und körperliche Unversehrtheit“ lädt der Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener mit einem umfangreichen Programm vom 11. bis 13.10.2019 nach Heidelberg ein. Zehn Arbeitsgruppen, Vorträge, ein kulturelles Programm sowie die Mitgliederversammlung stehen auf der Agenda. Der Verband will Menschen aus der Selbsthilfe, aber auch interessierten Angehörigen und professionell Tätigen Gelegenheit geben, sich über Probleme und Unzulänglichkeiten des (so genannten) psychiatrischen Versorgungssystems und psychiatrischer Diagnosen aktuell auszutauschen und sich über Alternativen weiterbildend zu informieren. Dabei geht es nicht nur um Fragen der stationären Psychiatrie mit Zwangsmaßnahmen oder um schädliche Medikamentenwirkungen, sondern auch um Wohnen, Arbeit, Teilhabe, selbstbestimmtes Leben, gesetzliche Betreuung, Spiritualität .. bis hin zum Einsatz von Selbsthilfemedien oder einem Seminar zu gesunder Ernährung.



An Vorträgen sind Gundula Helmert mit „Verstöße gegen die Menschenrechte“ und Rudolf Starzengruber mit „Krisendienst in Bayern“ vorgesehen, als Arbeitsgruppen AG 1 Scheunemann/Fleiß mit „Hilfreiche und enttäuschende Erfahrungen als Psychiatrie-Erfahrener“, AG 2 Gangolf Peitz: „Selbsthilfezeitung machen“, AG 3 Jurand Daszkowski: „Politische Partizipation – Anspruch und Wirklichkeit“, AG 4 Matthias Latteyer: „Ernährung und seelische Gesundheit“, AG 5 Peter Lehmann: „Psychopharmaka absetzen und körperliche Unversehrtheit“, AG 6 Thomas Eissele: „Menschenrechte in verschiedenen Kontexten“, AG 7 Christiane Vogel: „Aus finsterner Nacht meine Seele erwacht“ (Film und Diskussion), AG 8 Martina Heitmann: „BTHG 2020“, AG 9 Christine Pürschel: „Soziodynamische Spiele“ und in AG 10 Claus Wefing mit „Was heißt es auf dem spirituellen Weg zu sein“. Info- und Büchertische von BPE e.V., LPE NRW e.V., Selbsthilfen SeelenLaute Saar & SeelenWorte RLP und Antipsychiatrieverlag Berlin sind im Flur. Im Vorfeld der Tagung konferiert der BPE-Gesamtvorstand im gleichen Haus.

Die Tagungsteilnahmegebühren inkl. Übernachtung/Verpflegung sind dank Zuschüssen des BMG sehr niedrig gehalten und günstig pauschalisiert (ab 30 Euro). Fahrtkosten können auf Antrag erstattet werden. Zudem können örtlich-regionale Selbsthilfegruppen die Teilnahme ihrer Mitglieder

bezuschussen. Plätze werden bis zur reservierten Zimmerkapazität vergeben. Ein Besuch als Tagesgast ist auch möglich. Veranstalter ist der Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. (Bochum) in Zusammenarbeit mit dem Dachverband Gemeindepsychiatrie e.V. (Köln). Die Tagung wird gefördert vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG). Tagungsort ist diesmal die Jugendherberge DJH Heidelberg, Tiergartenstraße 5, D 69120 Heidelberg, Tel. 06221 / 651190.

Weitere Auskünfte bei Martina Heland-Graef unter Tel. 0176 45616169 und [m.heland-graef@t-online.de](mailto:m.heland-graef@t-online.de) bzw. [vorstand@bpe-online.de](mailto:vorstand@bpe-online.de). Die Tagung ist offen für alle am Thema seelische Gesundheit Interessierten und wird in den Landes-, Regional- und lokalen Ebenen von Selbsthilfeinitiativen mit ihren Vertreter\*innen und Aktiven zudem gerne für Vernetzung, Kontakt- und Kooperationspflege genutzt. Flyer: <http://bpe-online.de/termine/2019-10-13.pdf>

#### ➤ BPE-Newsletter Seelische Gesundheit: Versendung jeden Monat in der ersten Woche

Nachrichten, Termine, Medientipps und Kreatives – Aktuell, unabhängig, kritisch & kostenlos.. für jeden Interessierten!

Anmeldung per mail an: [bpe\\_news\\_master@online.ms](mailto:bpe_news_master@online.ms)

## TERMINE 2019

SeelenLaute + SeelenWorte, vgl. [bpe-online.de](http://bpe-online.de) und BPE-befreundete regionale Selbsthilfen für seelische Gesundheit

**20.-28. September, Montagnac** (Südfrankreich). Selbsthilfeprojekt-tour von SH SeelenLaute Saar (Tn.gruppe steht fest!) mit Workshops und dt.-frz.-europäischem Informationsaustausch bei Campus Vivendi

**2. Donnerstag im Monat, Saarburg**, 14.30-16.00 Uhr: Zentrales Monatstreffen von SH SeelenWorte RLP. Im MGH Kulturgießerei-Café Urban, Staden 130 Ab 2020 sind auch Treffen in Trier geplant.

**3. Donnerstag im Monat, Saarbrücken**, 17.30-19.00 Uhr: Zentrales Monatstreffen von Selbsthilfe SeelenLaute Saar. Café Jederman,

Johannisstraße 2. **Merzig/Losheim**: Zweimonatlich Treffen Selbsthilfe SeelenLaute Merzig-Wadern (n. V.)

*Vorbehaltlich aktueller Änderungen! Neuinteressierte / unregelmäßig Teilnehmende mögen vor Treffen gerne anrufen (Tel. 0178 2831417)*

**Homburg**: zweiwöchentl. dienstags (ungerade KW), 14.30-16.00 Uhr Treff SHG Bipolar Saarpfalz, 16.15-16.45 Progress. Muskelentspannung. Im TZ Café Goethe (06841/174231), Kaiserstr. 62 Mit Max

**Trier**: SHG Seelenleben (unabh.), Meetings: Caritas-Tagesstätte ‚Alte Schmiede‘, Petrusstr. 22. Neue Frauengruppe ‚emma‘ (Susanne, Tel. 0176/24731073). Weiteres + SHG-Kontakt: Hans-Peter, Tel. 0175/4986144

Die allgemeinen Selbsthilfefinfos von SH SeelenLaute Saar und SH SeelenWorte RLP sind in deren Flyern (öfters dieser Zeitung beiliegend) beschrieben, sowie im Netz unter [bpe-online.de](http://bpe-online.de) und [art-transmitter.de](http://art-transmitter.de). Unser Gesundheits- und Sozialengagement wird partnerschaftlich gefördert von Gesetzlicher Krankenversicherung, ministeriellen Stellen, Landkreis- und Kommunalverwaltungen, DRV und humanitären Stiftungen. Dank gilt auch Privatpersonen, Praxen und Einrichtungen für Unterstützungen unserer umfangreichen Arbeit, sowie uns verbundenen beruflichen Fachkräften für „man power“-Hilfe.

❖ Unser Spendenkonto für die Selbsthilfearbeit: SH SeelenLaute, IBAN DE 56 5935 0110 1370 2137 44. Wir sagen DANKE für jede Unterstützung!

**SeelenLaute**. Selbsthilfezeitung für seelische Gesundheit. Erscheint sechsmal jährlich als Informationsorgan der Selbsthilfen SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP. Freundlich unterstützt von der GKV-Selbsthilfe-Gemeinschaftsförderung Saarland, in Rheinland-Pfalz projektbezogen von Betriebskrankenkassen

Schlussredaktion und V.i.S.d.P.: G. Peitz. Publizistische Assistenz (Konzeption, Produktion, Satz, Gestaltung, Korrektorat, Recherche, Archiv): c/o Medienstelle Europ. Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. (Dortmund) Druck: LS, o.g. Medienstelle, PrCenter SLS + BKS Saar (ggfs. Nachdrucke). **Printauflage/Verteilung** (mit ‚Lautsprecher‘-Ausgaben 2019) gesamt im Jahr ca. 4.000 Ex. **Heftabgabe an Einzelleser gratis** (Versand gegen Kostenbeitrag 2 € bar/in Briefmarken vorab) bzw. auf **Spendenbasis**. Verteilung/Versand über SH SeelenLaute und SeelenWorte RLP und über o.g. Medienstelle/Großverteiler. Regional an festen Auslagestellen (u.a. in **Rathäusern/Bibliotheken/Sozial-/Gesundheits-/Beratungsstellen**; in **Saarbrücken** z.B. Rathaus, KISS, TZ Försterstraße, Café Jederman, Nauwieser Kulturzentrum; **Merzig TRIAS**; **Losheim am See** Praxishaus Doenges; **Homburg** TZ Café Goethe; **Trier** Haus der Gesundheit, Alte Schmiede/Caritas, Schammatdorf; **Saarburg** MGH; **Mainz** KISS; **Kaiserslautern** Verein Mein Seelentröpfchen; u.v.a.m.) sowie auf **Infoständen, Veranstaltungen, Treffen** und **Tagungsbeteiligungen** unserer Selbsthilfen, auch länderübergreifend. **8 Ex.-Paket** p. Ausgabe **für Einrichtungen, Praxen, Selbsthilfen** auf **20€-Spendebasis**. **Bestellung** dazu schriftlich (auch per mail) + Überweisung aufs o.g. Konto. **Online-Ausgabe** gratis auf [bpe-online.de](http://bpe-online.de) © **AutorInnen**/Mitarbeitende dieser Ausgabe: U. Balthes, M. Bommer, A.A. Pangerln, G. Peitz und Red.Teams. **Bildnachweis** Fotos/Abb.: G. Peitz (Fotos), Projekt Das Saarland lebt gesund (logo) S.1 / Archiv SW RLP S.2 / Archiv SW RLP + G. Peitz S.3 / BPE e.V. (logo) S.4. Vereinbarte Nachrichtenquellen: [art-transmitter.de](http://art-transmitter.de), BKS Saar. **Nachdruck + Weiterveröffentlichung nur zuvor genehmigt und mit Belegzusendung!** Vorbehaltlich Auswahl, Kürzung und üblicher red. Bearbeitung erhaltener Beiträge, wozu Einsender mit Zusendung ihr Einverständnis gegeben haben. **Redaktionskontakt**: [sh\\_seelenlaute-saar@email.de](mailto:sh_seelenlaute-saar@email.de). Postanschrift: SeelenLaute, c/o Büro BKS Saar, Lindenstr. 21, D 66359 Bous